



**You have downloaded a document from
RE-BUS
repository of the University of Silesia in Katowice**

Title: Akceptacja starości i akceptacja w starości - badania z wykorzystywaniem literatury dokumentu osobistego

Author: Dorota Sieroń

Citation style: Sieroń Dorota. (2021). Akceptacja starości i akceptacja w starości - badania z wykorzystywaniem literatury dokumentu osobistego. "Dyskursy Młodych Andragogów" Nr 22 (2021), s. 145-156, doi 10.34768/dma.vi22.588



Uznanie autorstwa - Licencja ta pozwala na kopiowanie, zmienianie, rozprowadzanie, przedstawianie i wykonywanie utworu jedynie pod warunkiem oznaczenia autorstwa.



UNIwersYTET ŚLĄSKI
W KATOWICACH



Biblioteka
Uniwersytetu Śląskiego



Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego

Dorota Sieron*

AKCEPTACJA STAROŚCI I AKCEPTACJA W STAROŚCI – BADANIA Z WYKORZYSTANIEM LITERATURY DOKUMENTU OSOBISTEGO

THE ACCEPTANCE OF SENILITY IN OLD AGE – RESEARCH ON THE LITERATURE OF PERSONAL DOCUMENTS

ABSTRACT: In the article the biographical method was used to look at the experience of senility. The research question was: how is old age perceived by the elderly? A qualitative analysis of 24 interviews (with 11 women and 13 men) aged 75-97 years, published in the book of Justyna Dąbrowska: *Miłość jest warta starania – rozmowy z mistrzami* (*Love is Worth the Effort – Talks with the Masters*) was conducted by the author of the article. Acceptance, as a common and important category in the description of the experience, was distinguished by the researcher. The author, in the methodological reflection on the literature, shows the pedagogical importance of personal documents (memories, diaries, conversations, correspondence). According to the confession of the masters – interlocutors of Justyna Dąbrowska – old age must be learned. The literature of personal documents can support the person in life long process of learning specific social roles related to their achieved age.

KEYWORDS: Senility, old age, the literature of personal documents, acceptance, self-developement, the pedagogical dimension of personal document literature.

ABSTRAKT: W artykule posłużono się metodą biograficzną, aby się przyjrzeć, jak starość postrzegana jest przez osoby w podeszłym wieku. Przeprowadzono analizę jakościową 24 wywiadów (z 11 kobietami i 13 mężczyznami) w wieku od 75 do 97 lat, opublikowanych w książce Justyny Dąbrowskiej *Miłość jest warta starania. Rozmowy z mistrzami*, wyodrębniając jako kategorię wspólną w opisie doświadczenia starości – akceptację. Istotnym odniesieniem jest również metodologiczna refleksja nad literaturą dokumentu osobistego (wspomnienia, rozmowy, dzienniki, korespondencja), która wskazuje nam jej pedagogiczny wymiar. Jak wynika z wyznań mistrzów – rozmówców Justyny Dąbrowskiej, starości trzeba się uczyć, a literatura dokumentu osobistego może wspierać człowieka w całościowym procesie uczenia się określonych ról społecznych związanych z osiąganym wiekiem.

SŁOWA KLUCZOWE: starość, literatura dokumentu osobistego, akceptacja, samorozwój, pedagogiczny wymiar literatury dokumentu osobistego.

W niniejszym artykule literatura dokumentu osobistego (rozmowy opublikowane w formie książki) stanie się podstawą do rekonstrukcji, czym jest doświadczenie starości, oraz wskazania jednej kategorii, jaka wyłania się jako właściwa w narracjach osób w podeszłym wieku poddających swoje życie refleksji. Przyjmuję, że 24 rozmowy narracyjne stanowią bogaty materiał badawczy pozwalający wydobyć zarówno podobieństwa w doświadczeniu starości, jak i podobieństwa opisu tego etapu życia u różnych osób (kobiet i mężczyzn w podeszłym wieku). Grupa rozmówców określona została w tytule książki jako mistrzowie (*Miłość jest warta starania. Rozmowy z mistrzami*, Justyna

* **Dorota Sieron** – Uniwersytet Śląski, Instytut Pedagogiki; e-mail: dorota.sieron@us.edu.pl; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0707-7532>.

Dąbrowska), co ma istotne znaczenie w wymiarze edukacyjnym. Osoby w podeszłym wieku (cecha wspólna rozmówców), cenione za określoną postawę życiową i wiedzę, dzielą się w rozmowie swoją mądrością życiową. W niniejszym artykule również literatura dokumentu osobistego zostanie poddana oglądowi jako źródło wiedzy o ludzkim doświadczeniu, a zatem cenny materiał w badaniach pedagogicznych.

Literatura dokumentu osobistego jako przedmiot badań

Literatura dokumentu osobistego (dzienniki, wspomnienia, korespondencja, rozmowy) jest dla nas cennym źródłem do badań nad biegiem ludzkiego życia, odsłania nam ona stan mentalny człowieka na różnych etapach jego życia. Dokonywane na jej podstawie rekonstrukcje postaw życiowych w różnych okresach życia pozwalają skonfrontować nasze powszechne wyobrażenia o kondycji człowieka wynikającej z jego wieku z faktycznym doświadczaniem siebie jako osoby: młodej, dojrzałej czy też starej. Jerzy Pilch tak to notuje w swoim dzienniku:

niedołężna starość ma jednak swoje plusy. I to liczne, i jeśli można tak powiedzieć, wielowarstwowe. Po pierwsze otępienie nie daje pełnego dostępu do pełni grozy klęski narodowej. Na wszystko patrzysz przez grubą szybę, na piłkę też. Po drugie, jakbym był normalnym zdrowym kibicem w średnim wieku, mógłby mnie szlag trafić, a tak, jako niepełnosprawny starzec, żyję sobie spokojnie (Pilch 2014, s. 240).

A Irena Hausmanowa-Petrusewicz (neurolog, profesor medycyny) w wieku 94 lat w rozmowie wyznała: „Ja czuję teraz radość życia. Naprawdę. Tego przedtem nie miałam” (Dąbrowska 2019, s. 191).

Jak zauważa Zofia Szarota w artykule *Uczenie się starości*: „Bardzo istotne jest w tym wieku samokształcenie jako dominująca forma edukacji oparta na dialogu wewnętrznym, poszukiwaniu sensu, (auto)refleksji. Nieformalnymi środowiskami edukacyjnymi są zasoby biografii [...]” (Szarota 2015, s. 31). Literatura dokumentu osobistego, zwłaszcza pisanie dzienników, wspomnień i rozmowy sprzyjają autorefleksji, na co wskazują badacze, zwłaszcza antropolodzy literatury (Lejeune 2010; Rodak 2009). Starość jest tym okresem w życiu człowieka, kiedy nasilają się skłonności do refleksji, wspomnień. Potwierdzają to badania nad biegiem życia ludzkiego Charlotty Bühler. Badaczka wskazuje jako cechę wyróżniającą okres starości refleksyjność, wręcz nazywa starość „spokojnym okresem refleksji” (Bühler 1999, s. 395).

Wybór rozmów zebranych i opublikowanych przez Justynę Dąbrowską jako przedmiot badań nie jest przypadkowy. Autorka rozmów – psychoterapeutka od lat publikująca w polskiej prasie rozmowy („Dziecko”, „Pismo”, „Tygodnik Powszechny”, „Gazeta Wyborcza”, laureatka Nagrody im. Barbary Łopieńskiej za najlepszy wywiad prasowy) należy do osób rozpoznawalnych i szanowanych w świecie kultury, co bez wątpienia

miało wpływ na szczerość i otwartość rozmówców. Jej zawodowy profesjonalizm nie pozostaje bez wpływu na bieg rozmowy, co nie zawsze jest możliwe w sytuacji uwarunkowanej określonym celem badawczym. Warto również zaznaczyć, że Charlotte Bühler w badaniach nad biegiem ludzkiego życia posługuje się danymi zastanymi, co stanowić może istotne odniesienie w badaniach nad ludzkim doświadczeniem.

W niniejszym artykule zostanie podjęta próba oglądu doświadczenia starości. Podstawą do analizy będą 24 rozmowy z 11 kobietami i 13 mężczyznami w wieku od lat 75 do lat 97¹, przeprowadzone przez psychoterapeutkę Justynę Dąbrowską i opublikowane w książce *Miłość jest warta starania. Rozmowy z mistrzami* (Dąbrowska 2019). Już w samym tytule książki autorka wskazuje nam, jaką rolę odgrywają te osoby, nie tylko w jej życiu. Jak dowodzi Katarzyna Olbrycht (pedagog – personalistka, konsekwentnie w pracy badawczej i praktyce wychowawczej dowodząca roli „znaczących innych” w formacji osobowej):

Uznanie roli mistrzów w życiu jednostek i społeczeństw wymaga na wstępie zgody na widzenie świata i innych ludzi przez pryzmat pozytywnego znaczenia „drugiego” we własnym życiu, poczynając od przyjęcia, iż w realnym świecie żyli i żyją pozytywni „inni”; zgody na to, że „drugi” może być i jest kimś pozytywnie znaczącym, kimś, kto niesie w sobie pozytywne wartości w stopniu ponadprzeciętnym. Przyjęcie takiej postawy nie oznacza ani słabości osobowościowej, ani infantylności. Jest zgodą na to, że człowiek od okresu dzieciństwa spostrzega i porządkuje świat w sposób hierarchiczny, i na tej drodze odkrywa znaczące postacie. Oznacza uznanie pozytywnej roli wybitnych w rozwoju poszczególnych ludzi i społeczeństw (Olbrycht 2007, s. 24).

Bez wątpienia rozmówcy Justyny Dąbrowskiej są osobami znaczącymi: wybitnymi twórcami (kina, teatru, muzyki, sztuk wizualnych), autorytetami w dziedzinie nauki (od humanistyki przez nauki społeczne po nauki ścisłe i przyrodnicze), uznanymi za mistrzów nie tylko przez autorkę książki. Relacja, jaka łączy autorkę ze swoimi rozmówcami, jest pełna życzliwości i wzajemnego zaufania, co sprawia, że czytelnik staje się uczestnikiem spotkania, w którym mistrzowie szczerze dzielą się swoim doświadczeniem życiowym i bez skrupowania udzielają odpowiedzi na osobiste pytania. Jak pisze Katarzyna Olbrycht w rozprawie *O roli przykładu, wzoru, autorytetu, mistrza w wychowaniu osobowym*:

Wstępnym warunkiem pozytywnego włączenia w rozwój człowieka wpływu „drugiego” jest [...] nie tylko obecność zasługujących na taki status „innych”, ale zdolność do otwarcia się na tę pozytywność, jej poszukiwanie i dostrzeganie w „drugim” gotowości przyjmowania wobec innych postawy szacunku i obdarzania zaufaniem (Olbrycht 2007, s. 25).

¹ Andrzej Mencwel, Danuta Szaflarska, Henry Z. Lothane, Magdalena Fikus, Kazimierz Kutz, Joanna Gomułka, Edward Pałasz, Karol Modzelewski, Zofia Rosińska, Zygmunt Bauman, Aleksandra Jasińska-Kania, Irena Hausmanowa, Tadeusz Dominik, Danuta Cirić-Straszewska, Ryszard Horowitz, Michał Głowiński, Anna Przedpełska-Trzeciakowska, Andrzej Strumiłło, Hanna Świda-Ziemba, Tadeusz Rolke, Wanda Wilkomirska, Piotr Matywiecki, Krystyna Starczewska, Jerzy Jedlicki.

Dopuszczeni do tych szczerych rozmów czytelnicy zostają również obdarzeni zaufaniem, dana jest im sposobność współuczestnictwa. A zatem i oni, jeśli tylko potrafią otworzyć się na to, co pozytywne, mogą przyjąć dar życiowej mądrości, którą mistrzowie dzielą się w rozmowie. Tym samym odsłania nam się pedagogiczny wymiar literatury dokumentu osobistego, która z jednej strony stanowić może cenny materiał do badań, a z drugiej w formie powszechnie dostępnej publikacji może realizować określone cele wychowawcze zgodnie z założeniami personalizmu, wskazywanymi przez Katarzynę Olbrycht².

Te 24 rozmowy to opowieści o doświadczeniu życiowym i mądrości życiowej, jaką uzyskuje człowiek skłonny do refleksji nad swoim losem w biegu całego życia. Justyna Dąbrowska nie skrywa przed swoimi rozmówcami – osobami w podeszłym wieku, że chce z nimi rozmawiać o starości. Już w pierwszej rozmowie otwierającej tom zwraca się do 88-letniego Kazimierza Kutza: „O starości chciałam porozmawiać”³ (Dąbrowska 2019, s. 23). Reżyser bez skrępowania mówi o starości jako o czasie spokoju, kiedy to człowiek uwalnia się od zobowiązań oraz gonitwy za sukcesem i zaczyna doceniać spokojny rytm codzienności oraz prostoty życia. Dostrzega i docenia takie proste czynności, jak na przykład radość gotowania dla kogoś. „Właśnie taka powinna być starość. Cicha. Moje całe życie to był jeden wielki zgiełk, w filmie jest się non stop w zmieszaniu i z ludźmi. I stres. [...] Teraz mam spokój. Wie pani, ja bardzo wcześniej zacząłem rozmyślać o starości. [...] Człowiek do starości musi się szykować jak do komunii świętej” (Dąbrowska 2019, s. 11-12). W tych słowach odnajdujemy uzasadnienie motywacji do powstania literatury dokumentu osobistego. Czynione w rozmowie wyznanie staje się wyzwaniem, które może wspierać czytelnika w jego pracy nad formatem własnej osobowości, w jego przygotowywaniu się do pełnego przyjęcia dobrodziejstw starości, jak i uczeniu się pokory wobec ograniczeń, jakie niesie z sobą ten wiek (choćby wskazywane przez rozmówców ograniczenia i uciążliwości wynikające z utraty sprawności fizycznej i zdrowia). Małgorzata Czerwińska, badając literaturę dokumentu osobistego, wskazała jej istotowość uwarunkowaną w trzech wymiarach jako: świadectwo, wyznanie i wyzwanie (Czerwińska 2000). Postawie świadka – tego, kto bezpośrednio uczestniczy w zdarzeniu, czy też postawie wyznającego – czyli tego, kto dokonuje oglądu siebie jako podmiotu doświadczającego, poświęcono już szereg rozważań (Lejeune 1975; 2010). Nowe pole do naukowych eksploracji nad literaturą dokumentu osobistego otwiera przed nami propozycja badawcza Czerwińskiej i zaproponowana przez nią kategoria wyzwania. Subiektywny zapis autobiograficzny jest działaniem celowym.

² Istotnym odniesieniem może być praca teoretyczna Katarzyny Olbrycht *O roli przykładu, wzoru, autorytetu, mistrza w wychowaniu osobowym*, gdzie w ostatnim rozdziale badaczka odnosi się do własnej biografii, dokonując zapisu autobiograficznego.

³ W rozmowie z Henrykiem Ż. Lothanem mówi: „Myśmy się umówili na rozmowę o przemijaniu, ale ja nie mogę pana pytać o starość, bo pan najwyraźniej nie podlega tej kategorii” (s. 42).

Piszący chce wyznać określone treści, które mają wywołać reakcję w odbiorcy, inicjując zmianę. Zapis autobiograficzny staje się niejako wyzwaniem rzuconym czytelnikowi. Świadectwo czy wyznanie w zamyśle jego autora staje się wyzwaniem skierowanym do odbiorcy, w tym również badaczy. Tym samym literatura dokumentu osobistego przestaje być li tylko interesującym materiałem do badań literaturoznawczych, zyskuje ona większą autonomię, stając się cennym źródłem w badaniach humanistycznych i społecznych, odsłania nam bowiem prawdę o człowieku, jego doświadczeniu życiowym.

Podążając za słowami Kazimierza Kutza, można stwierdzić, że literatura dokumentu osobistego ma nas wspierać w tym „przyuczaniu się” do etapów życia, uczenia się określonych ról społecznych. Na co zwracał uwagę Aleksander Kamiński (1971, s. 97-101), twierdząc, że starości należy się uczyć. I tak jak każdy etap życia stanowi ona wyzwanie zarówno dla człowieka i wymaga pedagogicznego wsparcia. Zarówno czytanie, jak i pisanie wspomnień (czy ich opowiadanie) niesie w sobie określone wartości poznawcze ważne dla samego piszącego (rozmówcy), jak i słuchacza, czytelnika⁴. Edward Pałasz (kompozytor, były wicedyrektor naczelny i artystyczny Warszawskiej Opery Narodowej, były dyrektor Programu II Polskiego Radia) mówi o pisaniu wspomnień jako o istotnym procesie samopoznania: „Miałem wtedy siedemdziesiąt sześć lat i nagle zaczęło mnie nachodzić coś w rodzaju samopoznania. Wcześniej nie. Zaczęłem podsumowywać swoje życie i musiałem spojrzeć wstecz” (Dąbrowska 2019, s. 102)⁵.

Literatura dokumentu osobistego w tym kontekście nabiera istotnego wymiaru pedagogicznego – stając się nauczycielką życia. Osoby piszące wspomnienia, dzienniki opowiadają o swoim życiu, poddają swoje doświadczenie refleksji – tym samym zyskują samowiedzę o sobie jako podmiocie doświadczającym, a zarazem dzielą się własną mądrością życiową z innymi – czytelnikami, słuchaczami, wpływają tym samym na ich świadomość i wiedzę o ludzkim doświadczeniu, wspierają ich w samorozwoju.

Akceptacja – jako kategoria właściwa dla opisu doświadczania starości

Z bogatego materiału zawartego w książce (383 strony) wybrano zagadnienia powtarzające się w wypowiedziach rozmówców Justyny Dąbrowskiej. Należy przy tym podkreślić, że autorka wywiadów nie stosuje jednolitego zestawu pytań. Każda z rozmów ma charakter autorski, przebiega inaczej. Różne są życiowe losy mistrzów, a zatem różne są zadawane im pytania. Celem badawczym było wydobyć z tego bogatego materiału narracyjnego zagadnień podobnych, co poddane refleksji badawczej pozwoliło

⁴ Warto odnieść się również do opracowania naukowego *Opowieść o przebiegu życia jako klucz do uczenia się* A. Bron, Ch. Lönnheden (2009, s. 81-97).

⁵ Tak powstała książka E. Pałaza, *Na własną nutę*, Wydawnictwo Iskra, Warszawa 2018.

na wyróżnienie jednej kategorii – akceptacji, która okazała się istotna dla wszystkich rozmówców. Zastosowana metoda wzorowana jest na badaniach *Biegu ludzkiego życia* przeprowadzonych przez Charlotte Bühler. Podążając za nią, dokonuję „przybliżonego pogrupowania wypowiedzi w ramach wymienionych kategorii” (Bühler 1999, s. 333).

Rozmówcy Dąbrowskiej dzielą się mądrością życiową. Danuta Szaflarska radzi młodemu: „Żeby wybierali zawód, który będą kochać. To jest najważniejsze. Jeżeli nawet się pomyłają, to warto jeszcze zmieniać. Ja to wiem, bo moja mama była nieszczęśliwa, że była nauczycielką. Marzyła, żeby być aktorką, i jej marzenie spełniło się we mnie” (Dąbrowska 2019, s. 30). Również Magdalena Fikus (profesor, fizjolog zwierząt) mówi, „Trzeba znaleźć pracę, którą człowiek lubi. Moja satysfakcja z życia polega na tym, że nigdy nie pracowałam w dziedzinie, która by mnie nie interesowała” (Dąbrowska 2019, s. 57). Joanna Gomułka, wykładowca matematyki, opowiada o tym trudnym momencie, kiedy trzeba porzucić pracę:

Smutno mi było. Może nawet miałam depresję – nie wiem. To było duże wewnętrzne zmieszanie, niepewność. Zabrakło czegoś, co było zupełnie zasadnicze dla mojej tożsamości. To wszystko działo się stosunkowo niedawno, dziesięć lat temu. Miałam wtedy siedemdziesiąt sześć lat. Wie Pani, kto mi wtedy pomógł? Rohr. Ale grunt to przygotował Jung. Znacznie wcześniej. Jak Jung to zrobił? (pyta Dąbrowska). Powiedział mi, jeszcze w Londynie, że równie ważne jak życie intelektualne jest życie duchowe (Dąbrowska 2019, s. 90).

Zofia Rosińska w pierwszych słowach rozmowy zapytana, czym się zajmuje, mówi „Modlitwą. [...] Piszę książkę o modlitwie. [...] Chcę pokazać, jak jest ważna dla człowieka. Chciałabym tą książką zakończyć swoją biografię filozoficzną i intelektualną, jeśli oczywiście pożyję jeszcze te dwa czy trzy lata” (Dąbrowska 2019, s. 137).

W wypowiedziach mistrzów dzielących się mądrością życiową istotną kategorią nadającą sens egzystencji jest praca. Rozumiana jest ona zarówno jako praca zawodowa, która powinna stać się źródłem satysfakcji, jak i praca jako zadanie całonocne – umiejętność wytyczania sobie celów oraz zadań, które dają poczucie zadowolenia i spełnienia.

We wszystkich rozmowach powtarzają się jako istotne dbałości o rozwój w trzech wymiarach: intelektualnym, duchowym oraz cielesnym – troska o sprawność fizyczną i dbałość o zdrowie. Mistrzowie przyznają się do tego, że starają się regularnie wykonywać ćwiczenia fizyczne⁶. Na pytanie – Przemijanie jest okropne? – Karol Modzelewski odpowiada „Żał mi tylko aktywności fizycznej. Chciałbym móc pływać – pływam jeszcze, ale już muszę uważać. Chciałbym się wspinać, ale to już niemożliwe” (Dąbrowska 2019, s. 125). W tych wypowiedziach wyraźnie artykułowana jest świadomość utraty, a zarazem zgoda i przyjęcie (akceptacja) stanu własnej fizycznej niedołężności. Szczerość przyznania się do własnych ograniczeń czyni rozmówców Justyny Dąbrowskiej wiarygodnymi mistrzami. Dbałość o własny rozwój intelektualny, duchowy i cielesny to

⁶ Joanna Gomułka – s. 95, Magdalena Fikus – s. 54.

wyraz dojrzałości osobowej. Mistrzowie są świadomi, że należy otoczyć swoją osobę troską oraz należytą dbałością, i sami czynią to dla siebie, akceptują swoją cielesność, jak i akceptują samodyscyplinę oraz samorozwój.

Henryk Z. Lothane, psychiatra, psychoanalityk, radzi, aby nauczyć się kochać siebie samego, „ale do tego potrzebny jest nauczyciel” (Dąbrowska 2019, s. 42). Magdalena Fikus, zapytana, czy czuje się czasem staro – odpowiada: „Nie. Ale też nie wymagam od siebie za dużo. Jak wstaję rano i wchodzę do łazienki, i patrzę na swoją twarz, to myślę sobie: Boże, to straszne, co ja tam widzę. A potem myję twarz, smaruję kremem, jem śniadanie i już o tym nie myślę” (Dąbrowska 2019, s. 59). Podobnie Wanda Wiłkomirska, skrzypaczka, profesor: „Ja staram się być pozytywnie nastawiona i akceptować, co życie niesie” (Dąbrowska 2019, s. 315). Jak mówi Piotr Matywiecki, poeta, eseista: „Bo życie jest po prostu po to, żeby je żyć” (Dąbrowska 2019, s. 331).

Istotna jest zatem umiejętność akceptacji siebie i własnych ograniczeń, a przy tym ciągłe kierowanie własnej uwagi na to, co pozytywne w nas, i umiejętność dostrzegania piękna wokół. W tych wypowiedziach dostrzec można szczególnie rodzaj zwyczajnej pracowitości skierowanej na siebie. Pracowitości wolnej od potrzeby osiągania sukcesu, dążenia do realizacji celów, które wzbudzą respekt i podziw ogółu. Michał Głowiński, profesor, literaturoznawca, mówi: „[...] bo mi się chce w paskudną zimową pogodę chodzić wieczorem na koncerty do filharmonii. I chodzę dość często. I to jest bardzo ważne, bo to człowieka, że tak powiem, trzyma w pionie. [...] dla kogoś, kto jako dziecko był w warszawskim getcie, wartością jest samo życie” (Dąbrowska 2019, s. 245-246). Hanna Świda-Ziemba, profesor socjologii, jako wartość życia wskazuje: „owo poczucie, że żyję tu; silnie głęboko. To może być miłość, oglądanie wciągającego spektaklu w teatrze, to może być muzyka, chodzenie po górach” (Dąbrowska 2019, s. 288). Radość, zdolność cieszenia się z prozy codzienności, satysfakcja z drobnych czynności, a przy tym umiejętność dostrzegania wartości, jaką wnosi przeżycie estetyczne w nasze życie, podkreślane są w tych wypowiedziach. Krystyna Starczewska, polonistka, doktor filozofii, pedagog, wyznaje:

Myślę, że po siedemdziesiątce człowiek zaczyna żyć spokojniej. Nie jest tak jak dawniej skupiony na swoich emocjach, ma większy dystans do swoich przeżyć. I ma też większy dystans do świata, bo już tak wiele za nim. Ja zaczęłam żyć spokojniej, mądrzej i powiedziałabym w jakimś sensie szczęśliwiej właśnie po przekroczeniu tego wieku granicznego (Dąbrowska 2019, s. 343).

Życie szczęśliwe staje się również istotnym postulatem w kontekście wypowiedzi mistrzów. Z wiekiem, kształtując w sobie zdolność do refleksji oraz akceptację i zrozumienie w stosunku do siebie i świata, zyskuje się zarazem poczucie szczęścia. Jak pisze Władysław Tatarkiewicz w *O szczęściu*: „Aby wobec jakiejś rzeczy doznać zadowolenia, trzeba, po pierwsze, ją poznać, wyrobić sobie o niej sąd. Także zadowolenie ma naturę refleksyjną” (Tatarkiewicz 1979, s. 81).

Dla wszystkich rozmówców warta starania jest oczywiście miłość. Andrzej Mencwel (profesor, historyk idei) wyznaje: „Jako młody człowiek bywałem śmiertelnie i ślepo zakochany, ale to szczęśliwie mam za sobą. [...] Teraz ważna jest dla mnie *agape*, czyli dobre wzajemne współbycie” (Dąbrowska 2019, s. 77). Andrzej Strumiłło, artysta (malarz, grafik, fotograf), przywołuje: „ostatni list Einsteina do córki, w którym pisze, że największą siłą motoryczną wszechświata jest miłość. A wszystko pozostałe jest nieistotne. Tyle że miłości nie da się w żaden sposób zapisać za pomocą wzoru” (Dąbrowska 2019, s. 271). Zofia Rosińska sceptycznie odnosi się do doświadczenia miłości jako sfery wyobraźni i pragnień. „Owszem istnieje przyzwoitość, lojalność, uczciwość. Jest pani z kimś na stałe albo na chwilę, ale jest pani przyzwoita wobec niego, współpracuje pani z nim, pomaga mu, towarzyszy, jest pani obecna” (Dąbrowska 2019, s. 143). Zygmunt Bauman zwraca uwagę na problematyczność tworzenia dobrych relacji z drugą osobą: „Jak pogodzić to, czego się pogodzić (tak całkiem, do końca, tak, jak by się chciało) nie da! Troskę z tolerancją, opiekuńczość z szacunkiem. Od troski krok tylko do nietolerancji, od tolerancji do bez troski” (Dąbrowska 2019, s. 160). Piotr Matywiecki mówi o miłości, jaką darzy się tych, których poznajemy poprzez kulturę i to oni kształtują naszą wrażliwość. „Dla mnie miłością na zawsze jest Franz Kafka, Simone Weil. Wstydzilibym się powiedzieć, że ich kocham. Ale ponieważ naprawdę nie mogę się bez nich obyć w moim życiu wewnętrznym, wiem, że gdyby nie oni, byłbym kompletnie kimś innym. To jest jakaś forma miłości” (Dąbrowska 2019, s. 336).

Dbłość o dobre relacji daje poczucie wewnętrznego zadowolenia. W tych wypowiedziach starość jawi się jako czas, kiedy w centrum uwagi znajduje się troska o ludzką życzliwość, a dotychczasowe cele życiowe związane z posiadaniem (stanowisk, tytułów, dóbr) przestają mieć znaczenie. Aleksandra Jasińska-Kania (profesor, socjolog) mówi: „Najbardziej mnie mobilizuje poczucie, że jestem komuś potrzebna. Że mogę pomóc, że ktoś na mnie liczy” (Dąbrowska 2019, s. 173). Irena Hausmanowa-Petrusewicz przyznaje:

W młodości nie widziałam ludzi – tego, jacy są. Ważne było tylko, czy się zgadzają z moimi poglądami. Jak moje koleżanki się ze mną zgadzały, to były nadzwyczajne, a wszyscy inni to drobnomieszczanie, wygodnicy, konformiści. Za grosz nie miałam w sobie tolerancji. Teraz jest inaczej. Często się zastanawiam, jaki jest ten drugi człowiek. I potrafię znieść jego poglądy, nawet także wtedy, gdy są zupełnie inne niż moje (Dąbrowska 2019, s. 193).

Andrzej Strumiłło mówi o starości: „To jest stan zwątpienia, stan swoistej tolerancji, pogodzenie się” (Dąbrowska 2019, s. 271). Danuta Cirlić-Straszyńska zauważa: „Chodzi po prostu o to, by stosunki były ludzkie, a nie wilcze” (Dąbrowska 2019, s. 222). Anna Przedpeńska-Trzeciakowska (anglistka, tłumaczka) stwierdza: „Młodość ma kanciaste poglądy – i tak powinno być. Dzisiaj moje poglądy są bardziej obłe. Mogę kogoś nie lubić, ale staram się wzbudzić w sobie wyrozumiałość” (Dąbrowska 2019, s. 265). Tak jakby z wiekiem człowiek nabierał empatii i szacunku wobec drugiego, a zarazem

wyzbywał się skłonności do instrumentalnego traktowania człowieka. W starości człowiek wyzbywa się konieczności dowodzenia racji, dochodząc do zrozumienia i przyjęcia, że druga osoba może czuć i myśleć inaczej. Badaczka Elżbieta Dubas (2002), opisując „drogę rozwojową starości”, wskazuje drogę do siebie, drogę do innych, drogę do miłości, wolności, mądrości.

W wypowiedziach ludzi w podeszłym wieku odsłania się ich niezgoda na to, że choć oni sami czują się wewnętrznie młodzi, inni – społeczeństwo, postrzegają ich jako starych⁷. Zofia Rosińska mówi: „Myślę, że nie jestem stara. A inni myślą odwrotnie. I to jest katastrofa. Widzą starą kobietę, którą nie jestem. Reagują wedle metryki, a to się w ogóle ze mną nie zgadza. Mam jakieś dolegliwości, ale duch jest młody. Muszę więc za wszelką cenę trzymać ciało w jakiejś kondycji” (Dąbrowska 2019, s. 146). Tadeusz Dominik, malarz, grafik, mając skończone osiemdziesiąt cztery lata, mówi „[...] może to śmieszne, ale ja się w ogóle nie czuję staro. Czasem myślę, że się zachowuję i czuję jak dziecko – nie, to nie jest zdziecinnienie, tylko ja się po prostu czuję młodo i wściekły jestem, że ciało za tym nie nadąży” (Dąbrowska 2019, s. 201). Tadeusz Rolke, artysta fotograf, mówi:

Czasami myślę, że wyglądam tak samo jak wtedy, gdy miałem lat czterdzieści czy pięćdziesiąt. Potem nagle widzę siebie w lustrze i okazuje się, że to jakaś obca postać. Nie mogę się do niej przyzwyczaić, w środku czuję się kimś zupełnie innym. I te procesy starzenia się... To zmęczenie materiału jest kłopotliwe, codzienność bywa bardzo przykra, wszystko źle funkcjonuje (Dąbrowska 2019, s. 299).

Rozmówcy Justyny Dąbrowskiej, choć nie skrywają słabości, jakie niesie ze sobą starość, dają nam obraz starości jako czasu spełnionego, dającego poczucie zadowolenia. Tak jakby wszystkim im bliskie było credo wyrażone przez Tadeusza Rolke, „Przyszłość, filozofię, mądrość życiową trzeba opierać na wartościach pozytywnych, a nie na kulcie klęski i cierpienia” (Dąbrowska 2019, s. 303) Tym, co pozostaje najtrudniejsze do zaakceptowania, są cielesne zmiany. Sprzeciwiają się, a nawet buntują przeciwko postrzeganiu ich jako osób niedołężnych i słabych. Tak jakby oczekiwali od ludzi wokół, że będą ich pozytywnie wspierać, nie dostrzegając ułomności, jakie narzuca starość. I wraz z nimi zaakceptują ich starczą niezaradność, powolność.

Akceptacja w starości i akceptacja starości

W przywołanych wypowiedziach wyrażona jest potrzeba akceptacji. To ona zdaje się najpełniej wyrażać stan starości. Konieczność zaakceptowania przez siebie samego faktu starzenia się oraz oczekiwanie, że otoczenie zaakceptuje ów fakt jako coś naturalnego

⁷ Problematyka stereotypowego postrzegania starości podejmowana jest od lat, np. w pracach W. Kołodziej (2006); B. Mitkiewicz (2016, s. 131-141).

i pozwoli ludziom starszym funkcjonować zgodnie z ich rytmem, akceptując ich ograniczenia. Starość domaga się akceptacji zarówno od osoby wchodzącej w ten etap życia, jak i od otoczenia bliskich, którzy, jeśli chcą wspierać, winni to czynić z taktem. Osoba starsza chce mieć poczucie swojej sprawczości i krępujące dla niej bywa, kiedy otoczenie dostrzega jej nieporadności czy ograniczenia fizyczne, jakie narzuca wiek.

Prawie wszyscy rozmówcy wskazują, jak bardzo zmienił się ich stosunek do ludzi, ich postaw, poglądów. Z wiekiem ich postawa domagająca się akceptacji i uznania dla swojej racji i opinii przekształca się w bardziej otwartą i tolerancyjną dla odmiennych poglądów, bardziej wyrozumiałą dla kogoś, kto doświadcza i myśli inaczej. Krystyna Starczewska mówi o tym, że z wiekiem pojawiło się:

Przekonanie, że nawet człowieka, którego poglądy i postępowanie wydają mi się nie do przyjęcia, można zrozumieć, a włożywszy w to pewien wysiłek, można się z nim porozumieć. Dziś umiem wytłumaczyć sobie ludzkie zachowania, które są dla mnie jednoznacznie obce, które oceniam jako złe. I jednocześnie wiem, że człowiek, którego akceptuję, który jest całkowicie po mojej stronie, też może w pewnych sytuacjach zachować się w sposób moralnie problematyczny. Wiesz, przedtem byłam dość kateryczna w ocenie świata i ludzi. I ta kateryczność po prostu się skończyła (Dąbrowska 2019, s. 341).

Z wiekiem następuje zmiana postawy z domagającej się akceptacji dla moich racji na postawę akceptacji drugiego, również uszanowanie jego prawa do omyłki. Następuje wychylenie z pozycji domagania się zrozumienia mnie ku potrzebie i chęci zrozumienia racji drugiego. W podeszłym wieku nabiera się umiejętności wczucia się w racje drugiego, akceptuje jego odrębność. Przebyta droga życiowa, zdobyte doświadczenia pozwalają zachować dystans i uszanować czyjeś prawo do pomyłki. W starości człowiek może zyskać zrozumienie, że błąd, porażka są istotne, a zarazem nieuchronne w procesie kształtowania się osobowości upodmiotowionej – odpowiedzialnie i we własnym tempie kroczącej przez życie. Refleksje o miłości zamieszczone w książce *Miłość jest warta starania. Rozmowy z mistrzami* to wyartykułowana potrzeba akceptacji i bliskości z drugim człowiekiem odczuwana nie tylko w starości. Warto również odnieść się do, wyraźnie wskazanej przez rozmówców Justyny Dąbrowskiej, kwestii satysfakcji zawodowej, sugestii dokonywania właściwych wyborów zawodowych, wykonywania pracy, którą się lubi. W procesie przygotowywania się do starości satysfakcjonującej i spełnionej ważne jest ćwiczenie się w akceptacji tego, co się robi na wcześniejszych etapach życia. Mądrość życiowa mistrzów podpowiada, aby w tym długim procesie życia dokonywać dobrych wyborów zawodowych, które staną się źródłem wewnętrznej satysfakcji i zadowolenia, tym samym przysposabiając do godnego i pogodnego przyjęcia starości.

Ze zdolnością do akceptacji starości przez osobę w podeszłym wieku wiąże się zarówno troska i dbałość o siebie – o zachowanie sprawności fizycznej, intelektualnej,

jak i dbałość o własny rozwój duchowy. Istotny jest zatem pozytywny stosunek do osiągniętego wieku, który wymaga samodoskonalenia się człowieka w procesie całonocnym. A przy tym ważne jest kształtowanie społecznej świadomości tak, aby kultura szacunku wobec starszych wpływała pozytywnie na kondycję i odczucia osób, które podeszły wiek osiągnęły, a zrazem minimalizowały społeczne lęki i obawy, jakie mogą się pojawiać, zanim staniemy się starzy. Akceptacja to cecha nabywana z wiekiem, określa ona nasz stosunek do drugiego człowieka. Jak wynika z przedstawionego materiału, w podeszłym wieku człowiek nabiera skłonności i zdolności do przyjęcia odmienności drugiego – jego poglądów. Z wiekiem kształtuje się w nas zdolność do akceptacji. Starość, choć wiąże się z nią pewne ograniczenia, domaga się akceptacji i stanowi wyzwanie zarówno dla osób wchodzących w ten etap życia, jak i dla społeczeństwa, które powinno zaakceptować potrzeby życiowe osób w podeszłym wieku.

* * *

Charlotte Bühler, badając bieg ludzkiego życia, zwraca uwagę, że starość jest okresem, kiedy człowiek zyskuje umiejętność refleksyjnego „spojrzenia na życie aktualnie przeżywane i przyszłe” (Bühler 1999, s. 405). To założenie otwiera bardzo intrygujące pole w badaniach społecznych nad literaturą dokumentu osobistego. Świadczenia literackie (rozmowy, wspomnienia, dzienniki, korespondencja) osób starszych to zarówno cenny materiał do badań nad konkretnym – przeżywanym etapem życia (mając na uwadze umiejętność refleksji nad życiem aktualnie przeżywanym), jak i przedmiot badań, których celem jest modyfikowanie społecznych dysfunkcji czy projektowanie sytuacji podnoszących jakość naszego społecznego funkcjonowania. Refleksyjność jako cecha właściwa osobom w podeszłym wieku, aby mogła wybrzmieć w pełni, wymaga spotkania z osobą, którą darzy się zaufaniem, której chce się odsłonić swoje doświadczenie życiowe.

Bibliografia

- Bron A., Lönnheden Ch. (2009), *Opowieść o przebiegu życia jako klucz do uczenia się*, „Dyskursy Młodych Andragogów”, t. 10, s. 81-97.
- Bühler Ch. (1999), *Bieg życia ludzkiego*, tłum. E. Cichy, J. Jarosz, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Czermińska M. (2000), *Autobiograficzny trójkąt. Świadczenie, wyznanie i wyzwanie*, Universitas, Kraków.
- Dąbrowska J. (2019), *Miłość jest warta starania. Rozmowy z mistrzami*, Wydawnictwo Agora, Warszawa.
- Dubas E. (2002), *Drogi rozwojowe starości*, „Gerontologia. Ludzie Starsi – jako Jednostkowe Siły Społeczne, Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi”, nr 7(27), s. 15-21.
- Kamiński A. (1971), *Wychowanie do starości*, „Zdrowie Psychiczne”, nr 1-2, s. 91-101.

- Kołodziej W. (2006), *Stereotypy dotyczące starzenia się i ludzi w podeszłym wieku*, w: *Starzenie się a satysfakcja z życia*, S. Steuden, M. Marczuk (red.), Wydawnictwo KUL, Lublin, s. 91-102.
- Koryś I., Chymkowski R. (2019), *Stan czytelnictwa w Polsce w 2018 roku. Wstępne wyniki*, www.bn.org.pl, 2.11.2019.
- Lejeune Ph. (1975), *Pakt autobiograficzny*, tłum. A.W. Labuda, „Teksty”, nr 5, s. 31-49.
- Lejeune Ph. (2010), *Drogi zeszycie... drogi ekranie. O dziennikach osobistych*, tłum. A. Karpowicz, M i P. Rodakowie, Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa.
- Mitkiewicz B. (2016), *Starość w opiniach trzydziestolatków*, w: *Obiektywny i subiektywny wymiar starości. Refleksje nad starością. Tom 1*, E. Dubas, M. Muszyński (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź, s. 131-141.
- Olbrycht K. (2007), *O roli przykładu, wzoru, autorytetu i mistrza w wychowaniu osobowym*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń.
- Pilch J. (2014), *Drugi dziennik. 21 czerwca 2012-20 czerwca 2013*, Wydawnictwo Literackie, Kraków.
- Rodak P. (2009), *Pismo, książka, lektura, rozmowy*: Le Goff, Chartier, Hébrard, Fabre, Lejeune, Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa.
- Szarota Z. (2015), *Uczenie się starości*, „Edukacja Dorosłych”, nr 1, s. 23-35.
- Tatarkiewicz W. (1979), *O szczęściu*, PWN, Warszawa.
- Zagajewski A. (2019), *O życiu w wolności*, w: A. Zagajewski, *Substancja uporządkowana*, Wydawnictwo Znak, Kraków, s. 13-43.